

国分寺店【1月1日～1月8日スケジュール】

2024年12月15日更新

| 01/01  | 01/02  | 01/03                                 | 01/04                              | 01/05                                  | 01/06                                  | 01/07                                     | 01/08                              |
|--------|--------|---------------------------------------|------------------------------------|--|--|---|------------------------------------|
| 水      | 木      | 金                                     | 土                                  | 日                                      | 月                                      | 火   | 水                                  |
| 年末年始休業 | 年末年始休業 | 10:30~11:30<br>Basic 📌<br>nanami.k    | 10:30~11:30<br>Waist 📌<br>未確定      | 10:30~11:30<br>Hip&Leg 📌<br>Yoko       | close                                  | 10:30~11:30<br>Jump to Burn<br>Hitomi     | 10:30~11:30<br>Basic 📌<br>nanami.k |
|        |        | 12:00~13:00<br>Waist 📌<br>未確定         | 12:00~13:00<br>Back&Arm 📌<br>Yoko  | 12:00~13:00<br>Basic 📌<br>Camila.k     |  | 12:30~13:30<br>Basic 📌<br>nanami.k        | 12:30~13:30<br>Hip&Leg 📌<br>Yoko   |
|        |        | 13:30~14:30<br>Jump to Burn<br>Hitomi | 13:30~14:30<br>Hip&Leg 📌<br>Shiori | 13:30~14:30<br>Waist 📌<br>未確定          |  |   |                                    |
|        |        | 15:00~16:00<br>Back&Arm 📌<br>Hitomi   | 15:00~16:00<br>Basic 📌<br>Camila.k | 15:00~16:00<br>Pilates Barre<br>Shiori |  |   |                                    |
|        |        | 17:30~18:30<br>Basic 📌<br>Camila.k    | 17:30~18:30<br>Advance<br>Hitomi   |  |  |   |                                    |
|        |        |                                       |                                    |  |  |   |                                    |
|        |        |                                       |                                    |  |  |   |                                    |
|        |        |                                       |                                    |  |  |   |                                    |
|        |        |                                       |                                    |  |  |   |                                    |
|        |        |                                       |                                    |  |  |   |                                    |
|        |        |                                       |                                    |  | 18:00~19:00<br>Back&Arm 📌<br>Yoko      | 18:00~19:00<br>Jump to Burn<br>Hitomi     |                                    |
|        |        |                                       |                                    |  | 19:30~20:30<br>Waist 📌<br>未確定          | 19:30~20:30<br>Basic 📌<br>Camila.k        |                                    |
|        |        |                                       |                                    |  | 21:00~22:00<br>Style up pilates<br>Mai | 21:00~22:00<br>Release&Strength<br>Shiori |                                    |

国分寺店【1月9日～1月16日スケジュール】

| 01/09                                  | 01/10                                     | 01/11   | 01/12                                  | 01/13 | 01/14                            | 01/15                                  | 01/16                                 |   |
|--|---|---|--|-------|----------------------------------|--|---------------------------------------|---|
| 木                                      | 金   | 土   | 日                                      | 月     | 火                                | 水                                      | 木                                     |   |
|  | 10:30~11:30<br>Release&Strength<br>Shiori | 10:30~11:30<br>Basic 📌<br>nanami.k                | 10:30~11:30<br>Style up pilates<br>Mai | close | 10:30~11:30<br>Hip&Leg 📌<br>Yoko | 10:30~11:30<br>Back&Arm 📌<br>Shiori    |                                       |   |
|  | 12:30~13:30<br>Basic 📌<br>nanami.k        | 12:00~13:00<br>Stretch & Conditioning 📌<br>Shiori | 12:00~13:00<br>Back&Arm 📌<br>Yoko      |       | 12:30~13:30<br>Waist 📌<br>未確定    | 12:30~13:30<br>Basic 📌<br>nanami.k     |                                       |   |
|  |   | 13:30~14:30<br>Waist 📌<br>Camila.k                | 13:30~14:30<br>Advance<br>Hitomi       |       |                                  |  |                                       |   |
|  |   | 15:00~16:00<br>Jump to Burn<br>Hitomi             | 15:00~16:00<br>Basic 📌<br>nanami.k     |       |                                  |  |                                       |   |
|  |   | 17:30~18:30<br>Hip&Leg 📌<br>Yoko                  |  |       |                                  |  |                                       |   |
| 18:00~19:00<br>Basic 📌<br>Camila.k     | 18:00~19:00<br>Hip&Leg 📌<br>Yoko          |   |  |       |                                  | 18:00~19:00<br>Advance<br>Hitomi       | 18:00~19:00<br>Waist 📌<br>未確定         | 18:00~19:00<br>Stretch & Conditioning 📌<br>Shiori |
| 19:30~20:30<br>Pilates Barre<br>Shiori | 19:30~20:30<br>Waist 📌<br>未確定             |   |  |       |                                  | 19:30~20:30<br>Basic 📌<br>Camila.k     | 19:30~20:30<br>Hip&Leg 📌<br>Yoko      | 19:30~20:30<br>Advance<br>Hitomi                  |
| 21:00~22:00<br>Hip&Leg 📌<br>Yoko       | 21:00~22:00<br>Back&Arm 📌<br>Yoko         |   |  |       |                                  | 21:00~22:00<br>Pilates Barre<br>Shiori | 21:00~22:00<br>Jump to Burn<br>Hitomi | 21:00~22:00<br>Basic 📌<br>Yoko                    |

- 📌：体験可能レッスン
  - ・クラスの種別およびインストラクターは予告なしに変更となる場合がございます。詳細はWEBサイトをご確認ください。
  - ・ご予約されたレッスンをキャンセルされる場合は、1時間前迄にお願いしております。
  - ・レッスン開始時刻1時間前を切ったキャンセルは時間外キャンセルとなります。
- ※時間外キャンセルが月2回以上で、翌月の予約可能回数が1回に制限されます。

国分寺店【1月17日～1月24日スケジュール】

2024年12月15日更新

| 01/17                                     | 01/18                                  | 01/19                                  | 01/20 | 01/21                                 | 01/22   | 01/23                                 | 01/24   |
|---|--|--|-------|---------------------------------------|---|---------------------------------------|---|
| 金   | 土                                      | 日                                      | 月     | 火                                     | 水   | 木                                     | 金   |
| 10:30~11:30<br>Basic<br>Yoko              | 10:30~11:30<br>Advance<br>Hitomi       | 10:30~11:30<br>Basic<br>Camila.k       | close | 10:30~11:30<br>Back&Arm<br>Hitomi     | 10:30~11:30<br>Basic<br>Yoko                    |                                       | 10:30~11:30<br>Advance<br>Hitomi                |
| 12:30~13:30<br>Jump to Burn<br>Hitomi     | 12:00~13:00<br>Basic<br>Camila.k       | 12:00~13:00<br>Pilates Barre<br>Shiori |       | 12:30~13:30<br>Basic<br>Camila.k      | 12:30~13:30<br>Waist<br>未確定                     |                                       | 12:30~13:30<br>Stretch & Conditioning<br>Shiori |
|   | 13:30~14:30<br>Style up pilates<br>Mai | 13:30~14:30<br>Waist<br>Yoko           |       |                                       |   |                                       |   |
|   | 15:00~16:00<br>Back&Arm<br>Yoko        | 15:00~16:00<br>Hip&Leg<br>Shiori       |       |                                       |   |                                       |   |
|   |  |  |       |                                       |   |                                       |   |
|   | 17:30~18:30<br>Pilates Barre<br>Mai    |  |       |                                       |   |                                       |   |
| 18:00~19:00<br>Back&Arm<br>Shiori         |  |  |       | 18:00~19:00<br>Basic<br>Yoko          | 18:00~19:00<br>Pilates Barre<br>Shiori          | 18:00~19:00<br>Waist<br>未確定           | 18:00~19:00<br>Hip&Leg<br>Yoko                  |
| 19:30~20:30<br>Basic<br>Camila.k          |  |  |       | 19:30~20:30<br>Jump to Burn<br>Hitomi | 19:30~20:30<br>Back&Arm<br>Hitomi               | 19:30~20:30<br>Hip&Leg<br>Shiori      | 19:30~20:30<br>Waist<br>未確定                     |
| 21:00~22:00<br>Release&Strength<br>Shiori |  |  |       | 21:00~22:00<br>Waist<br>Yoko          | 21:00~22:00<br>Stretch & Conditioning<br>Shiori | 21:00~22:00<br>Jump to Burn<br>Hitomi | 21:00~22:00<br>Basic<br>Yoko                    |

国分寺店【1月25日～1月31日スケジュール】

| 01/25                                     | 01/26   | 01/27 | 01/28                                  | 01/29                                     | 01/30                            | 01/31                            |   |
|---|---|-------|--|---|----------------------------------|----------------------------------|---|
| 土   | 日   | 月     | 火                                      | 水   | 木                                | 金                                |   |
| 10:30~11:30<br>Release&Strength<br>Shiori | 10:30~11:30<br>Pilates Barre<br>Shiori          | close | 10:30~11:30<br>Basic<br>Yoko           | 10:30~11:30<br>Back&Arm<br>Hitomi         |                                  | 10:30~11:30<br>Basic<br>Camila.k |   |
| 12:00~13:00<br>Waist<br>未確定               | 12:00~13:00<br>Basic<br>Yoko                    |       | 12:30~13:30<br>Pilates Barre<br>Shiori | 12:30~13:30<br>Style up pilates<br>Mai    |                                  | 12:30~13:30<br>Back&Arm<br>Yoko  |   |
| 13:30~14:30<br>Hip&Leg<br>Yoko            | 13:30~14:30<br>Advance<br>Hitomi                |       |  |   |                                  |                                  |   |
| 15:00~16:00<br>Jump to Burn<br>Hitomi     | 15:00~16:00<br>Stretch & Conditioning<br>Shiori |       |  |   |                                  |                                  |   |
| 17:30~18:30<br>Basic<br>Yoko              |   |       |  |   |                                  |                                  |   |
|   |   |       |  | 18:00~19:00<br>Release&Strength<br>Shiori | 18:00~19:00<br>Basic<br>Camila.k | 18:00~19:00<br>Back&Arm<br>Yoko  | 18:00~19:00<br>Waist<br>Shiori            |
|   |   |       |  | 19:30~20:30<br>Basic<br>Camila.k          | 19:30~20:30<br>Hip&Leg<br>Yoko   | 19:30~20:30<br>Waist<br>未確定      | 19:30~20:30<br>Jump to Burn<br>Hitomi     |
|   |   |       |  | 21:00~22:00<br>Back&Arm<br>Yoko           | 21:00~22:00<br>Waist<br>未確定      | 21:00~22:00<br>Hip&Leg<br>Yoko   | 21:00~22:00<br>Release&Strength<br>Shiori |

👉 : 体験可能レッスン

今月も一緒にピラティスを楽しみましょう！

STUDIO INFO

☎専用ダイヤル：0570-050-055

受付時間：9:00-18:00

※上記受付時間外はお電話でのご予約は承っておりません。インターネットからのご予約をご利用下さい（24時間受付）